

Tartu Ülikool
Psühholoogia Instituut

Rine Pent

**Algkooliealiste laste ja nende vanemate nutitelefoni kasutamine ja
nende suhtumine sellesse**

Uurimistöö

Juhendaja: Astra Schults

Kaasjuhendaja: Kätlin Konstabel

Läbiv pealkiri: Nutitelefoni kasutamine ja suhtumine sellesse

Tartu 2016

Lühikokkuvõte

Käesoleva töö: „Algkooliealiste laste ja nende vanemate nutitelefone kasutamine ja suhtumine sellesse,“ eesmärgiks on uurida nutitelefonide kasutust laste ja nende vanemate hulgas. Töö käigus uuritakse, kuidas lapsevanemad hindavad laste nutitelefone kasutust ja kuidas lapsed näevad vanemate nutitelefonide kasutamist. Samuti on eesmärgiks uurida, kas lapsevanemate nutiseadmete kasutus on seotud laste nutiseadmete kasutusega ning kas on seos väärtuste ja nutiseadme kasutamise vahel.

Uuringus osales 244 inimest, kelle hulka kuulus 122 2. klassi last neljast erinevast koolist vanuses 8-10 ning 122 lapsevanemat vanuses 25-59. Tulemused näitavad, et nii lapsed kui täiskasvanud kasutavad telefoni valdavalt suhtlusvahendina, olenemata telefoni tüübist. Nii lapsed kui lapsevanemad arvasid, et teine pool võiks veeta vähem aega nutitelefoni. Andmete analüüsimise käigus selgus, et lastevanemate nutiseadme kasutus on seotud laste nutiseadme kasutusega. Samuti leiti töö käigus, et heasoovliku, konformse ja turvalise kasvatusmeetodi ja nutitelefoni suhtumise vahel on statistiliselt oluline negatiivne korrelatsioon. Tulemuste kohaselt peab vanem nutitelefoni kasulikumaks, mida kõrgemalt ta väärtustab heasoovlikkust. Vähesel määral oli sama seos nutitelefoni kasulikkuse ja konformsuse väärtustamisega ning nutitelefoni ja turvalisuse väärtustamisega. Teiste väärtuste puhul ei olnud statistiliselt olulisi seoseid.

Märksõnad: ekraaniaeg, nutitelefoni, lapsevanemate roll, algkooliealised lapsed, lapsed ja meedia

Abstract

Grade school aged children's and their parents' smart phone use and attitude towards it

The aim of this research is to examine children's and their parents' use of smartphones and how they each perceive the others smartphone use. Another aim is to examine the association between parents' smartphone use and their children's smartphone use as well as to research the correlation between parental values and the attitude towards smart devices.

The sample consists of 244 people, of whom 122 are grade-school children aged 8-10 from four different schools and 122 are the parents, aged 25-59, of those children. The results showed that children and parents alike use their phones for mostly communication. There was no difference what type of phone they were using, in that matter. The children as well as their parents were of the opinion that the other should spend less time on the phone. Analyzing the data it became clear that there is a correlation between parents' smartphone use and their children's smartphone use. There was also a correlation between benevolent, conformal and safe upbringing values and attitude towards smartphones. According to the results the higher parents value benevolence the higher they value smartphones usefulness. There was also a small similar correlation between smartphones usefulness and conformal upbringing as well as smartphones usefulness and valuing safety. The other upbringing values were not significantly correlated with attitude towards smartphones.

Keywords: screen time, smart phone, the role of parents, grade-school aged children, children and media

Sissejuhatus

Ekraaniaeg on suhteliselt uus uuritav mõiste, mis on tulnud koos digitaalajastuga. Mõiste kirjeldab seadmes veedetud aega, seda aega, mil inimene jälgib ekraani. Ekraaniseadmeteks arvestatakse kõiki digitaalseid vahendeid: tahvelarvuteid, televiisoreid, lauaarvuteid, mobiiltelefone kui ka teisi sinist valgust kiirgavaid tehnikavahendeid. Aastaks 2016 ennustatakse *eMarketer*'i andmetel nutitelefonide kasutajate ülemaailmseks arvuks umbes 2.16 miljardit inimest (*eMarketer*:...2014). Töö autor on arvamusel, et kuna nutitelefonide areng on olnud kiire ja nende soetamine on järjest odavam ning lapsevanemad soovivad lastega kiiresti kontakti saada, siis mobiiltelefonide soetamise iga muutub järjest nooremaks. Selle tõttu leian, et oluline on keskenduda mobiiltelefonidele, sellega seotud ekraaniajale ja tegevustele. Millist mõju avaldavad erinevad ekraani taga tehtavad tegevused ning milline suhtumine nendega kaasneb?

Väikelaste ekraaniaja kasutusega tuleks olla tähelepanelik, kuna nad on oma ea ja varajase kokkupuute tõttu eriti mõjutatavad. Ameerika Lastearstide Assotsiatsioon (*The American Academy of Paediatrics*, edaspidi AAP) soovitas 2011. aasta andmete alusel piirata televiisorite, arvutite ja muude sinist valgust kiirgavate nutiseadmete ekraaniaega lastele, kes on üle 2 aasta vanad, 1-2 tunnile päevas. Lapsed, kes on alla 2-aastased, ei tohtinud nende soovitusel üldse ekraani ees aega veeta (Graham, 2015). Nüüdseks on aga soovitusi muudetud. Tänapäeva kiire tehnoloogia ja rakenduste arengu tõttu leiab AAP, et piirata lihtsalt ekraani taga veedetud aega ei ole enam lahendus. Endiselt on soovitatud, et lapsed alla 2-aasta peaks tarbima ekraaniaega nii vähe kui võimalik, kuid täielik ekraaniaja välistamine ei ole enam võimalik (Brown, Shiffrin & Hill, 2015). Isegi poodides ja liiklusvahendites on värvilised ekraanid, mis pidevalt näitavad reklaame, filme, juhiseid ja nii edasi.

Uued reeglid keskenduvad eelkõige ekraaniaja õigele kasutusele. Näiteks on üheks printsiibiks eeskujude näitamine. Selleks, et tagada laste nutiseadme mõistlikku kasutust, on oluline lapsevanem enda seadme kasutamise mõistlik mudeldamine. Tähtis on lastega näost-näkku suhtlus ja osalus nende tegevustes. Tähtsam kui aja piiramine on tegevuse sisu jälgimine. Selle asemel, et piirata aega, mis laps seadme taga veedab, tuleks hoopis mõelda selle peale, mida laps selle ajaga teeb (Brown, Shiffrin & Hill, 2015). Negatiivse sisuga tegevus, ükskõik kui pikalt, ei aita kaasa lapse arengule, seega on tähtis jälgida sisu, mida laps

ekraani taga tarbib. AAP sõnul on oluline, et lapsevanemad mõtleks selle peale, kas seadme kasutamine soodustab või takistab teisi igapäevaseid tegevusi, nagu näiteks kodutöö (Brown, Shifrin & Hill, 2015). Ekraani taga veedetud aeg ei tohiks muutuda olulisemaks kui väljas mängimine või pere ja sõpradega aja veetmine (Graham, 2015).

On leitud, et erinevate seadmete taga veedetakse erinevalt aega ning neid kõiki ei tohiks üheselt lahterdada. Aktiivne ekraaniaeg on kognitiivselt või füüsiliselt haarav. Näiteks arvutimängude mängimine või ekraani taga kodutööde tegemine läheb aktiivse ekraaniaja alla. Füüsilised haaravad tegevused on sarnased treeningule, mõningad isegi on spetsiaalselt treeningute tegemiseks, nagu on *Wii Fit*. On leitud, et kognitiivselt haarav ekraaniaeg aitab parandada eelkooliealiste laste koolivalmidust ning kognitiivset arengut (Sweetser, Johnson, Ozdowska & Wyeth, 2012). Arvutimängude mängimine tõstab visuaalset tähelepanuvõimet, dünaamilist ruumilist võimet, arendab probleemi lahendamise oskust ja argumenteerimise oskust. Passiivne ekraaniaeg seostub istuva tegevusega ja/või passiivselt informatsiooni vastuvõtmist. Eelkooliealsed lapsed õpivad vähesel määral ekraani vaadates, kuid on leitud, et pigem saavad nad kasu õppimisest, mis toimub läbi kogemise. Televisori passiivne vaatamine on seostatud lapsepõlve ülekaalulisusega ning on leitud, et liiga varane kokkupuude televiisoriga tekitab tähelepanuhäire riski tulevikus (Sweetser, Johnson, Ozdowska & Wyeth, 2012).

Enamus uuringuid, mis käsitlevad ekraaniaega, keskenduvad pigem selle ajalisele faktorile (nt Jago, jt., 2013). Selliste uuringute eesmärgiks on tavaliselt välja selgitada, mismoodi mõjub lastele või teismelistele liigne ekraaniaeg, kuidas see mõjutab nende arengut, õpivõimet ja suhtlust. Uuritud on lastevanemate ekraaniaja kasutamist ning selle mõju lastele. Nendest uuringutest lähtuvalt on võimalik vaadelda nutiseadmete kasutamise erinevaid kasulikke ja kahjulikke tegureid.

1.1 Ekraaniaja negatiivne mõju

Kool mängib suurt rolli laste ja noorukite elus. Kui nutitelefonide kasutamine aga hakkab koolis käimist või koolitööd segama, siis võib see nende arengut kahjustada. Kanadas läbiviidud uuringu kohaselt on pikem ekraaniaeg seotud kehva vaimse tervise, eraldatuse ja kehvamate akadeemiliste tulemustega, sõltumata füüsilisest aktiivsusest. (Trinh, Wong & Faulkner, 2015). Samuti on eelnevalt leitud, et pidev ekraaniaeg, näiteks üle 2 tunni päevas, on riskitegur, mis võib põhjustada käitumisprobleeme (Tremblay, 2011). Need 5-17-aastased, kes veetsid vähem aega ekraani taga, olid emotsionaalselt stabiilsemad, vastuvõtlikumad välistele teguritele, intelligentsemad, sotsiaalsemad, parema enesekontrolliga, parema kujutlusvõimega, kõrgema moraali tunnetusega ja oma haridusteel järjepidevamad ning suutlikumad. (Tremblay, 2011).

Uneuuringute kohaselt pärssib ekraanidelt tulev sinine valgus unehormooni melatoniini teket, vähendab ning lükkab edasi REM une teket ja vähendab erksust järgmisel hommikul (Chang, Aeschbach, Duffy & Czeisler, 2015). Samamoodi nagu kool on oluline lapse kognitiivsete võimete arenguks, on organismil vaja arenemiseks ja taastumiseks und. Kuna nutitelefonid on kergesti kaasas kantavad, siis ei ole probleemi neid voodisse kaasa võtta. Noorte puhul tähendab see aga seda, et magama jäämist lükatakse järjest edasi, mille tõttu võivad esineda vähene uni või unehäired. Lemola, Perkinson-Gloor, Brand, Dewald-Kaufmann ja Grob (2015) uurisid nutitelefonide mõju unele ja magama jäämisele. Meedia tarbimise seisukohalt vaatavad teismelised, kes on nutitelefonide omanikud, voodis rohkem videoid, suhtlevad telefoni teel või saadavad sõnumeid. Samuti veedetakse rohkem aega internetis ja tihedamini jäetakse ööseks telefonid tööle. Uuringust tuli välja, et nutitelefonide omanikud kustutasid toas valguse hiljem, kui need, kellel oli tavaline telefon. Uneaeg, raskused magama jääda ja depressiooni sümptomid aga ei erinenud. Nii uneraskused, lühem uneaeg kui depressiivsed sümptomid olid positiivse korrelatsiooniga meedia kasutusse öösel (Lemola jt., 2015). Unel on kolm tsüklit: pindmine uni, süvauni ja unenägude uni. Süvauni ja unenägude uni on organismi normaalseks talituseks esmatähtsad. Süvaune käigus toimub organismi füüsiline taastumine. Unenägude une ajal taastub inimese emotsionaalne ja vaimne tasakaal. Liiga vähe üht või teist võib tekitada probleeme organismis, näiteks vähene süvauni võib lisaks kehakaalu tõusule põhjustada seksuaalset vananemist, mis tähendab, et inimene saavutab kiiremini seksuaalse küpsuse (Veldi & Sinisalu, 2007). Selleks, et laste organism saaks

korrektselt areneda ning püsiks vaimne ja füüsiline tasakaal, on tähtis lapsevanematel sätestada reeglid, mis määraks noorukitele kindla unerežiimi. Tähtis on täiskasvanutel näidata eeskujulikke, mitte ainult laste nimel, vaid enda tervisliku heaolu nimel. Üldjuhul on koolilapsele soovitatud 9 tundi ööund, et vältida vaimset ja füüsilist väsimust ning täiskasvanule 7-8 tundi (Veldi & Sinisalu, 2007). Sellest järeldub, et ekraanidelt tulev sinine valgus vähendab une kvaliteeti ja selle kestust, mis omakorda kahjustab organismi talitust ja inimese igapäevast toimetulekut. Eelnevalt nimetatud mõjud on piirangute ja vajalike teadmistega lihtsasti ärahoitavad või vähendatavad. Seega ei saa öelda, et nutitelefonide mõju piirduks ainult eelmainituga.

1.2 Nutiseadmete kasulikkus

Arvutikasutus aitab kaasa sotsiaalse kapitali arengule. Hooghe ja Oser (2015) viisid läbi uuringu, mis keskendus interneti ja televisiooni mõjust sotsiaalse kapitali arengule. Uuringu tulemused näitasid, et suurem internetikasutus on üldjuhul seotud parema sotsiaalse kapitaliga. Samas pikemaajaline televiisori vaatamine on seotud üldjuhul madalama astme sotsiaalse kapitaliga. Uuringust tuli välja, et nooremad katseisikud olid agaramad *online* suhtlejad kui lapsevanemad (Hooghe & Oser, 2015). Seega saab öelda, et interneti kasutamine võimaldab noortel laialdast suhtlust. Just tänu interneti laialdasele levikule ja suhtlusvõrgustikele on võõrastest riikidest sõprade leidmine palju lihtsam. Lastele jaoks on palju lihtsam hakkama saada olukorraga, kus sõbrad elavad kaugel üksteisest, või kui üks kolm eemale, on alati võimalus suhelda läbi nutivahendite. Lapsed ja teismelised on internetis olles tihti ohu ja võimaluse vahel. Kuid see, mis on internetis oht, ei ole veel selgelt sõnastatud, vaid piirdub sellega, mida täiskasvanud näevad ohuna (Walrave, jt., 2012). Kuna täiskasvanutel puudub ülevaade lapse suhtlusest teisel pool ekraani oleva võõraga, siis nende hinnang olukorrale lähtub pigem murest ja hirmust oma lapse heaolu üle kui ratsionaalsetest otsustest. Kindlasti on lapsevanemate kriitiline pilk oluline, et tagada laste turvalisus, kuid veel olulisem on lapsega turvalisuse teemal avameelselt rääkida. Lievrouw ja Livingston (2006) väitsid, et täiskasvanute jaoks ohuna tunduv näib noorukitele sageli võimalusena. Näiteks interneti teel tutvunud võõrastega kokkusaamine on täiskasvanute silmis oht, kuid lastele ja teismeliste jaoks hea viis uusi sõpru saada. Mitte ainult sõpradega, vaid sugulastega suhtlemine distantstilt on lihtsam. Eestis on tihti kuulda, kuidas isad käivad Soomes tööl ega näe pikka aega oma peret. Videokõned võimaldavad ööpäevaringset ning asukohast

olenemata suhelda. Seega on võimalik lastel suhelda enda vanematega, kes võivad olla välismaal tööl või sõjaväes (Radesky, Schumacher & Zuckerman, 2015).

Tänu tehnoloogia arengule on väga palju õppimisvõimalusi kolinud internetiavarustesse. Erinevad uuringud on tõestanud nutiseadmete kasulikkust. Furió, Juan, Seguí ja Vivó (2015) leidsid, et nutitelefone *iPhone* kasutamine õppeotstarbel on üldiselt võrdväärne või isegi parem kui tavalised õpetamismeetodid. Uuringus leiti, et nutitelefone kasutamine motiveeris lapsi rohkem, tagades hiljem teadmiste kontrollis samaväärsed tulemused kui tavaliste õpetamismeetoditega (Furió jt., 2015). Kuigi puutetundlik ekraan, heliefektid ja visuaalne disain võivad laste tähelepanu hariduslikult sisult kõrvale juhtida, võib neid tähelepanu köitmiseks ära kasutada (Radesky, Schumacher & Zuckerman, 2015). Eelnevalt mainitud uuringus toodi välja, kuidas lapsed hea meelega jätkaks õppimist läbi etteantud mängu teistes ainetes. Küsimuste abil tehti kindlaks, et nutitelefone mängu abil omandatud teadmised suurendasid rahuolu õppetunniga (Furió jt., 2015). Mobiiltelefone kasutatakse järjest rohkem selleks, et laste tähelepanu hõivata tuimestuste tegemise ajal või teiste meditsiiniliste toimingute juures (Radesky, Schumacher & Zuckerman, 2015).

Kas seade on arendav või mitte, sõltub väga palju sellest, kuidas seda kasutada. Kasutades seadmeid lapsehoidjatena, ei ole arendav lapse jaoks, kuid kasutades neid kui vahendeid, mille abil last õpetada ja aidata kaasa tema arengule, on kasulik. Suhtlus lapse ja lapsevanema vahel peaks säilima seadmete kasutuse ajal ja seadme kasutamise vahepausidel. Seadme kasulikkus või mittekasulikkus tuleneb kasvatusstiilist ning lapse iseloomust.

1.3 Lastevanemate roll

Euroopa kontekstis paistavad Eesti lapsevanemad silma suhteliselt muretu suhtumisega laste võimalustest sattuda internetiriskidesse. Eestis on internetiohtude riskiteadlikke lapsevanemaid umbes poole vähem kui Euroopas keskmiselt (Kalmus, 2013). Lastevanemate osalus laste nutiseadmete kasutuses on väga oluline. Lapsevanemad on need, kes õpetavad lastele jalgrattaga sõitmist, ohutut liiklemist ning igapäevaseid suhtlemisoskusi, seega oleks vaid loomulik, et nemad on need, kes annavad oma lastele edasi vajalikke teadmisi nutiseadmete kasutuse kohta. Lapsevanemate roll laste harimisel internetikäitumise ja ekraaniaja üldiste mõjutegurite kohta peaks olema suurem, kui see praegu on ning lapsevanemad võiksid näidata eeskju nutiseadme kasutusel. Lapsed, kelle vanemad tegelesid mitme ekraani samaaegse vaatamisega rohkem kui tund päevas, vaatasid ise suurema tõenäosusega rohkem kui tund aega päevas mitut ekraani korraga (Jago jt., 2013). Õige eeskju ja edasi antavate teadmiste abil saab vähendada riske, mis lapsi võiks ohustada, nagu näiteks sõltuvuskäitumine, lapsepõlve ülekaalulisus ja erinevate rahaliste teenuste tarbimine internetis. Võrreldes teiste riikidega on Eesti lapsevanemad suhteliselt passiivsed, see tähendab, et vanematepoolne juhendamine ja piirangute või reeglite kehtestamine on väiksem kui Euroopa keskmine. See võib tuleneda põlvkondade internetikasutuse aktiivsuse suurtest erinevustest (Kalmus, 2013). Nüüdisajal tundub, et paljud nooremast põlvkonnast teavad tunduvalt rohkem nutiseadmetest kui vanem põlvkond.

Vinter (2011) on öelnud: „Piirid väljamõeldise ja tõelisuse vahel on laste jaoks segadust tekitavad /.../“. See tähendab, et laste jaoks on keeruline mõtestada ja aru saada kõigest, mida nad ekraanidelt näevad. Siinkohal on vastutus lapsevanema käes, kes peaks juba varakult selgitama lastele, et ekraanilt nähtu ei võrdu alati reaalsusega. Väikelaste puhul on esialgu vajalikud piirangud, nagu näiteks, kaua võib vaadata ja mida võib vaadata. Tänapäeva interaktiivsed pildid ekraanil näivad realistlikumad kui kunagi varem, mis võib vale sisu puhul lastele väga traumeerivalt mõjuda. Näiteks väikeste lastega sõjafilmi või õudusfilmide vaatamine tekitab neis suure tõenäosusega hirmu, mis võib halvata laste mõtlemist ja tegutsemist (Vinter, 2011).

Lapsevanemate panus ja osalemine lapse arengus mängib väga suurt rolli. Vanemate oma käitumine, nagu näiteks initsiatiivi võtmine, lapsega koos tegutsemine ja piirangute kehtestamine mõjutavad seda, kuidas lapsed oma aega veedavad ja tegevusi planeerivad. Gingold, Simon ja Schoendorf (2013) uurisid, kuidas lapsevanemate kasvatusmeetodid on seotud laste ekraaniajaga. Ekraaniaja pikkus oli teismeliste laste hulgas suurem kui noorukite seas (Gingold, Simon & Schoendorf, 2013). See annab alust arvata, et lapsevanemad reguleerivad pigem nooremate laste ekraaniaja kasutust kui vanemate laste ekraaniaega. Samas on tähtis pidada meeles, et vanemad õed ja vennad annavad eeskuju noorematele ning seda tuleks lapsevanematel nendega arutada. Kuna uuring põhines lapsevanemate subjektiivsel hinnangul, siis võib arvata, et hinnangud ekraaniaja kasutusele, füüsilisele tegevusele ja pere keskkonna faktoritele olid mõjutatud sotsiaalsete normide poolt. Sotsiaalsed normid on need, mis tunduvad suurema osa ühiskonna arvates hetkeseisul tavalised. Kui lapsevanemate teadmised hetkenormidest on erinevad, siis võivad nad hinnata ekraaniaega erinevalt (Gingold, Simon & Schoendorf, 2013).

Lapsevanemate lähtekohti interneti ja arvuti kasutamise osas on samuti uuritud. Lisaks on käsitletud laste seisukohti. Uuringus osalenud eelkooliealistelt lastelt sooviti teada saada, kuidas nad kasutavad arvutit ja interneti igapäevaelus ning milliseid vanemate poolt määratud interneti ja arvuti reguleerimise meetodeid on nad märganud. Lapsevanematelt sooviti teada saada, kuidas nad tajuvad laste arvuti kasutust ja milliseid meetodeid nad kasutavad reguleerimiseks. Lapsed rääkisid oma vanemate arvutikasutamisest pigem negatiivses aspektis, tuues välja selle, et vanemad veedavad nendega vähem aega kui on sageli arvutis. Küsitluse käigus leiti, et lapsed seostavad oma vanemate arvutikasutust üldjuhul tööga. Lapsed seostasid arvuti kasutamist nelja põhilise märksõnaga: arvutiviirused, silmade tervis, tasuliste *online* mängude olemasolu ja tehnilised teadmised (programmide tõmbamine ja arusaam, et arvuteid on võimalik vahetada teistsuguse meedia vastu). Uuringu käigus tuli välja, et üldjuhul on levinumad 5 reguleerimise meetodit: lapse nutiseadme järelevalve, ajaliste piirangute sätestamine, sisuliste piirangute sätestamine, lapse juhendamine või õpetamine ning lapse ekraanitegevuse piiramine karistusena. Lapsed tõid enam välja arvuti kasutamist piiravad regulatsioonid (Vinter & Siibak, 2012).

1.4 Eesti andmed

Statistikaameti andmetel tehti aastal 2006 Eestis uuring, mis kajastas infotehnoloogiliste seadmete olemasolu leibkondades. Uuringus osalesid leibkonnad, kus vähemalt üks liige oli 16-74-aastane. Selle uuringu kohaselt oli 25,9% leibkondades, kus oli kaks täiskasvanut lastega, olemas interneti juurdepääsuga mobiiltelefon ja 99,2% mobiiltelefon. Vähem andmeid oli leibkondade kohta, kus oli üks täiskasvanu lapsega. Interneti juurdepääsuga mobiiltelefoni kohta andmed puudusid, kuid mobiiltelefon oli 83,1% leibkondades.

(Infotehnoloogiliste seadmete olemasolu leibkondades, 2006). Statistikaamet on lisaks väljastanud uuringu, mille kohaselt oli aastal 2015 Eestis 99,3% leibkondadest, kus on kaks täiskasvanut lastega, kodune internetiühendus (Arvuti ja koduse internetiühendusega leibkonnad, 2015). See tähendab, et enamikul eestlastest on kodus olemas internetiühendus ning vahend selle kasutamiseks. Seega saab väita, et suuremal osal Eesti peredel, sealhulgas lastel, on kokkupuude mingit sorti nutiseadmega ja sellega seoses ekraaniajaga.

Võime (2013) uuris seoseid vanemliku vahendamise ja laste interneti liigkasutuse vahel. Uuringus kasutati EU Kids Online II Eesti andmeid, mis oli kogutud üleeuroopalises uuringus. Selle kohaselt on Eesti lapsed interneti liigkasutamise esirinnas. Eesti lastest, vanuses 11-16, 49% tõdesid, et on „üsna“ või „väga sageli“ kogenud olukorda, kus märkavad enda ülemäärast internetikasutust. Eesti laste hulgas on kõige enam levinud olukord, kus ollakse internetis siis, kui see tegelikult huvi ei paku. Kõige vähem on esinenud olukordi, kus ollakse interneti tõttu söömata või magamata (Võime, 2013). Internetis või nutiseadmes olemine, isegi kui see tegelikult huvi ei paku, võib tuleneda sellest, et aju on harjunud kerge, kiire stimulatsiooniga. Isegi kui midagi olulist ekraani taga teha pole, saadakse rahuldust ekraani taga veedetud ajast, sest see hoiab meie tähelepanu ja pakub tegevust ajaveetmiseks (Davidow, 2012). Siinkohal on jällegi lapsevanematel oluline roll eeskuju ja mudeldamise pakkumisel. Pakkudes välja alternatiivseid lahendusi ühistegevusteks, mis võimaldavad veeta koos aega ning pakub huvitavat tegevust mõlemale. Mainitud uuringust selgus, et mida enam aega veedab laps internetis, seda enam on võimalus, et tal esineb nutiseadme liigkasutamise märke ja parim viis ennetada liigkasutamist on piirav vanemalik stiil. Samuti leiti, et lastel, kes harrastavad internetis enam tegevusi, esineb liigkasutamise märke rohkem, ning lastel, kellel puudub kokkupuude virtuaalse või päriselulise riskiga, on vähem liigkasutamise märke. (Võime, 2013).

1.5 Mobiiltelefonid ja nutitelefonid

Oxford sõnastiku järgi mõistetakse nutitelefonid all mobiiltelefonid, mis täidab mitmeid arvutile sarnaseid funktsioone. Tavaliselt puutetundliku ekraaniga, juurdepääsuga internetile ja operatsioonisüsteemiga, mis võimaldab erinevate rakenduste tööd (Smartphone, 2015). Rakendused, mis on inimese nutitelefoni, on mingil määral kui sõrmejälj - see on omane sellele inimesele. Rakendused annavad ülevaate inimese huvidest, hobidest ja sotsiaalsetest suhetest, need iseloomustavad omanikku (Gardner & Davis, 2013). Kaasaaegsed mobiiltelefonid, millest suurem osa on juba nutitelefonid, võimaldavad Eesti enamikes kohtades juurdepääsu internetile ja seeläbi e-kirjadele, navigatsioonirakendustele, otsingumootoritele, pangakontole ja kindlasti sotsiaalvõrgustikele, rääkimata rakendustest, mis ei vaja interneti juurdepääsu, nagu kaamera, mängud või kalender. Eesti elanikkonnast vanuses 6+ omas 2014. aasta andmetel isiklikku nutitelefoni 49% inimestest ning 38% 6-8-aastastest lastest. Suure tõenäosusega on see number 2016. aastaks tõusnud nii kõrgele, et üle pooltest Eesti elanikkonnast vanuses 6+ omavad nutitelefoni (Simisker, Kivilo, Aak, Järv & Kaal, 2014).

Kuna nutitelefonid on mobiilsed ning neid on võimalik pidevalt endaga kaasas kanda, siis mõjutavad nad meid pidevalt. Kiiresti arenev tehnoloogia on kõige enam mõjutanud noorte elus nende identiteeditunnet, suhtelisust intiimsetele suhetele ja kujutlusvõimet, tihti negatiivses võtmes (Gardner & Davis, 2013). Pidev telefoni kättesaadavus mõjutab meid füüsiliselt, emotsionaalselt ja kognitiivselt, seega meie igapäevane interaktiivne suhtlus on samuti mõjutatud meie võimest olla täielikult kohal suhtluses teise inimesega ning see mõjutab sotsiaalseid suhteid (Cumiskey & Ling, 2015). Samas on suurem osa suhtlusest liikunud, tänu tehnoloogia arengule ja muutuvatele sotsiaalsetele normidele, interneti. Paljud noored teevad endale kasutajad *Facebook*'i lehel, sest kõigil teistel on. Motiiviks on tihtipeale sobitumine ning suhtlus eakaaslastega (Cheung, Chiu & Lee, 2011). Autor arvab, et hirm magada maha midagi olulist, hoiab meid pidevalt võrgus, selle tõttu on nutitelefonid populaarsed, sest nad võimaldavad pidevat ühendust teistega. Elatakse selle nimel, et jäädvustada, mitte kogeda. Kontsertidel on tavaliseks nähtuseks muutunud, et võetakse välja nutitelefonid ja filmitakse selleks, et hiljem salvestatu võrku panna ning saada teiste poolehoidu. Vähem on olukorra nautimist ilma selle jäädvustamata ja jagamata. Noortele on

tähtsamaks muutunud teiste arvamus ja üksteise ületrumpamine läbi piltide, videote, tegevuste või *like*-ide.

1.6 Probleemiseade

Käesoleva töö eesmärgiks on uurida, kuidas lapsed ise hindavad oma nutitelefonide kasutamist, kuidas lapsevanemad hindavad laste nutitelefonide kasutamist ning kuidas vanemad hindavad enda nutitelefonide kasutamist ja lapsed omakorda oma vanemate nutitelefonide kasutamist. Samuti on eesmärgiks uurida, kas lapsevanemate nutiseadmete kasutus on seotud laste nutiseadmete kasutamisega. Lisaks on uurimise all seos nutiseadme kasutusse suhtumise ja vanemate väärtushinnangute vahel. Nende selgitamiseks sõnastati järgmised küsimused:

1. Kas nutiseadme kasutus lapsevanematel on seotud nutiseadmete kasutusega lastel?
2. Kas nutiseadme kasutus lapsevanematel mõjutab lastele seatud reegleid?
3. Kas suhtumine nutitelefonidele on seotud väärtustega?
4. Kuidas lapsed/lapsevanemad ise hindavad oma nutiseadme kasutust?
5. Kuidas lapsed/lapsevanemad hindavad üksteise nutiseadme kasutust?

Meetod

Valim

Lõpliku valimi moodustasid 244 inimest, kelle hulka kuulusid 122 2. klassi last vanuses 8-10 ning 122 lapsevanemat vanuses 25-59, neljast erinevast koolist. Keskmine vanus oli laste puhul 8,56 (SD = 0.5) ja vanemate puhul 37,20 aastat (SD = 5.6). Vanemate hulgas oli vastanutest mehi 18 ning naisi 104. Lastehulgas oli vastanutest 60 poissi ja tüdrukuid 62. Koolideks olid Tartu Forseliuse kool, Tartu Erakool, Ülenurme Gümnaasium ja Lääne Ühisgümnaasium. Koolid said valitud selle põhimõttega, et oleks kaks linnakooli ja kaks maakonnakooli. Koolidesse läks laiali jagamisele 223 küsimustikku, millest tagasi tuli 135 täidetud küsimustikku. 13 küsimustikku ei jõudnud lõppanalüüsi erinevatel põhjustel. Oli neid, kes ei kirjutanud lapse nime, seega ei saanud last küsitleda ning ei arvestanud nende küsimustikega. Veel üheks põhjuseks oli see, et lapsed puudusid koolist sellel päeval, kui küsitlust läbi viisin koolis, seega jätsin need välja. Neid, kes töid tühjana tagasi või ei tagastanudki, oli lõppkokkuvõttes 88.

Mõõtevahendid

Selleks, et uurida laste ja vanemate nutitelefonide kasutust ja suhtumist, koostati eraldi küsimustikud vanematele ja lastele. Laste küsimustik koosnes 17-st küsimusest ja põhilistest isikuandmetest nagu sugu, vanus, nimi ja õppeasutus ning klass. Nime küsimine oli oluline, et saaks viia kokku vanema ja lapse. Küsimustik sai koostatud, võttes arvesse uurimisküsimused. Küsimused pidid andma vastuse uuritavale probleemile. Vanemate küsimustik koosnes isikuandmetest nagu nimi, vanus, sugu ja lapse nimi ning 28-st küsimusest, mis olid nagu laste küsimustik, üles ehitatud nii, et tulemustest oleks võimalik saada vastuse uurimisküsimustele. Laste küsimustikus 17-st küsimusest oli 2 lahtist küsimust, lisaks isikuandmetele. Vanemate küsimustikus oli 28-st küsimusest 8 lahtist küsimust, sõltuvalt vastustest.

Lisaks oli võetud kasutusele Schwartzi väärtuste portreeküsimustik, et hinnata lastevanemate väärtushinnanguid ja sellega uurida kasvatusväärtuste seost nutiseadmete kasutamisega. Schwartzi väärtuste portreeküsimustik uurib sarnasust kellegagi, kellel on kindlad teatud eesmärgid ja väärtused, selle asemel, et uurida sarnasust kellegagi, kellel on teatud isikuomadused. Näiteks, kui inimene vastab, et ta samastub järgnevalt öelduga „Talle on oluline tulla välja uudsete ideedega ja olla loov. Talle meeldib teha asju omal, ainulaadsel viisil,“ siis see näitab seda kui tähtsaks peab vastanu iseseisvust (Schwartz jt, 2001).

Protseduur

Käesoleva uuringu andmeid koguti koolide vahendusel. Mina viisin küsimustikud õpetajatele koolidesse, kes omakorda jagasid need lastele, et need koju viia. Aega oli vanematel üldjuhul 2-4 päeva, et küsimustikku täita. Tartu Erakooli puhul oli aega üle nädala kuna seal tuli vaheaeg vahele ja ei olnud võimalik varem tagastada. Seejärel saatsid lapsevanemad küsimustikud lastega tagasi õpetajatele, kelle käest ma hiljem need kätte sain. Lastevanemate küsimustiku üheks osaks oli informeeritud nõusoleku täitmine, kinnitades seeläbi oma lapse ja

enda teadlikku nõusolekut osaleda uuringus. Mõned lapsevanemad ei saatnud tagasi, see tähendas, et nad ei ole huvitatud osalemast ja nende last ma uurida ei saa.

Neid lapsi, kelle vanemad andisid nõusoleku, küsitlesin eraldi koolis isiklikul. Selleks võtsin ühendust õpetajatega, kellele edastasin nimekirja nende laste nimedega, keda soovisin küsitleda ning palusin ühte tundi küsitluse läbi viimiseks. Lapsed said küsimustikud ning juhendid ning hakkasid täitma. Kui kellelegi oli küsimus või mure siis olin pidevalt juures, et pakkuda abi. Keskmiselt läks lastel küsimustiku täitmisega 20 minutit, pärast mida nad naasesid tundi.

Andmeanalüüs

Andmete analüüsimiseks kasutati statistilist andmetöötlusprogrammi IBM SPSS Statistics 23.0 versiooni. Seoste uurimiseks kasutasin korrelatsioonanalüüsi. Selleks, et uurida korrelatsioone mitteamvõrdsete vahel, kasutasin Spearmani rho'd.

Tulemused

Nutitelefonide kasutamist kirjeldav statistika

Lisaks peamistele uurimusküsimustele vaatlesin erinevaid kirjeldavaid statistikuid, mis annaks üldise ülevaate laste nutitelefonide kasutusest. Uuringu käigus selgus, et 73% (N=89) vastanutest 2. klassi lastest omab enda hinnangul nutitelefon. Tavalist mobiiltelefoni omab 18,9% (N=23) lastest ning 7,4% (N=9) lastest omab nii nutitelefon kui tavalist mobiiltelefoni. 0,8% (N=1) ei oma üldse telefoni. Lapsevanemate hulgast oli 91,8% (N=112) vastanutest nutitelefoni. Tavaline mobiiltelefon oli 7,4% (N=9) ja 0,8% (N=1) oli mõlemad.

Nii laste kui lapsevanema küsimustikus oli vaja märkida peamised tegevused telefonis. Nii lapsed kui lapsevanemad said valida rohkem kui ühe tegevuse, mida telefonis teevad. Vastus, mida kõige rohkem valiti, olid teistega suhtlemine (vt tabel 1): lastest 66,4% (N=81) ja vanematest 90,2% (N=110). Lisaks väljapakutud variantidele oli võimalik ise midagi lisada. Lapsed lisasid muusika või raadio kuulamist. Lapsevanemad lisasid info otsimise ja maksude maksmise.

Tabel 1. Laste ja lapsevanemate peamised tegevused telefonis

Tegevus	Lapse poolt nutitelefonis tehtavad tegevused		Vanema poolt nutitelefonis tehtavad tegevused	
	Laste (%)	Vanemate (%)	Vanemate (%)	Laste (%)
	N= 122	N= 122	N=122	N=122
Ei oska öelda	5,7	0	0,8	19,7
Suhtlus	66,4	58,2	90,2	57,4
Meelelahutus	23,8	50,8	53,3	13,9
Mängude mängimine	41,0	63,9	9,0	8,2
Õppimine	6,6	3,3	13,1	4,9
Mängin harivaid mängu/vaatan videoid	20,5	26,2	-	-
Töö	-	-	50,8	43,4
Ostlemine	-	-	12,3	-

Uurisime lastelt ja lapsevanemalt, kui palju aega nad veedavad nutitelefonis (vt tabel 2).

Küsimusele: „Kui palju aega veedad sa nutitelefonis“ vastas 38,5% (N=47) lastest „1-3 tundi päevas“, see oli kõige enam valitud variant. Vanemad hindasid enda nutitelefonis veedetavat aega sarnaselt nagu lapsed: enim valitud variant oli „1-3 tundi päevas.“ Sedasi vastas 64,8% (N=79) vanematest.

Tabel 2. Hinnangud laste ja vanemate nutitelefonis veedetavale ajale

Hinnang	Lapse poolt nutitelefonis veedetav aeg		Vanema poolt nutitelefonis veedetav aeg	
	Laste (%)	Vanemate (%)	Vanemate (%)	Laste (%)
	N= 121	N= 121	N=121	N= 121
Ei oska öelda	25,4	4,1	8,2	32,8
Mitte üldse	13,1	17,2	9,0	13,1
Kuni 1 tund päevas	13,1	17,2	14,8	-
1-3 tundi päevas	38,5	56,6	64,8	36,9
4-6 tundi päevas	6,6	4,1	2,5	13,9
7-9 tundi päevas	0,8	-	0	0,8
10 tundi või rohkem	1,6	-	0	1,6

Lastel ja lapsevanematel paluti hinnata nutitelefonide kahjulikkust või kasulikkust (vt tabel 3.).

Kõige enam arvasid lapsed, et nutitelefoni on pigem kahjulikud, seda arvas 46,7% (N=57) lastest. Enamus vanematest, nagu tabelis 3 on näha, arvasid, et nutitelefoni on pigem kasulikud. Toodi välja, et kasulikkus või kahjulikkus sõltub sellest, kuidas seadet kasutatakse. Põhjuseid, miks nutitelefoni on halb oli mitmeid, 5% ehk 8 korda oli välja toodud kahjulikkust silmadele ja üldisele tervisele.

Tabel 3. Laste ja vanemate hinnangud nutitelefonide kahjulikkusele/kasulikkusele

Hinnang	Laste hinnangud (%)	Vanemate hinnangud (%)
	N= 117	N=119
Väga kasulikud	9,8	6,6
Pigem kasulikud	30,3	71,3
Pigem kahjulikud	46,7	18,9
Väga kahjulikud	9,0	0,8

Uurimuse eesmärgiks oli võrrelda, kuidas lapsed hindavad oma vanemate nutitelefonide kasutust ja kuidas vanemad hindavad laste nutitelefonide kasutust. Üheks sooviks oli teada laste hinnangut sellele, kui palju nende vanemad veedavad aega nutitelefoni (vt tabel 2). Andmete analüüsis tuli välja, et 36,9% (N=45) lastest ütles, et nende vanemad on nutitelefoni 1-3 tundi päevas. Lapsevanematest 56,6% (N=69) valis vastuse variandi, et laps veedab „1-3 tundi päevas“ nutitelefoni. Lastest 57,4% (N=70) arvas, et nende vanemad enamasti suhtlevad telefoniga. Eraldi toodi veel välja info otsimist ja muusika või raadio kuulamist. 63,9% (N=78) vastanud lapsevanematest ütles, et nende laps mängib meelelahutuslikke mänge (vt tabel 1).

Lisaks küsiti lastelt, kas nende arvates võiksid nende vanemad vähem aega veeta nutitelefoni. Tulemuseks oli, et 41,8% (N=51) lastest arvas, et nende vanemad võiksid vähem aega veeta nutitelefoni ning 37,7% (N=46) arvas, et nende vanemad ei peaks vähem aega veetma nutitelefoni. Küsimusele, et kas laps võiks vähem aega veeta nutitelefoni vastasid 59% (N=72) lapsevanematest jah. Seda, et lapsed, ei peaks vähem aega veetma nutitelefoniga taga arvasid 39,3% (N=48) lapsevanematest.

Kuna lastevanematel oli mitmeid lahtiseid küsimusi, siis kasutan standardiseeritud kontentanalüüsi abimeetodina, et kodeerida lahtiste küsimuste vastuseid (Krippendorff, 1980; Timak, 1971). Palusin lapsevanematel põhjendada, miks nende arvates on nutitelefoni kas kahjulik või kasulik. Vastuste kodeerimiseks liigitasin ühise nime alla võimalikult sarnased vastused. Üks lapsevanemates sõnastas põhjuse nii: „multifunktsionaalne osa elust.“ Tulenevalt sellest, et sarnase sisuga põhjenduse tõid esile mitmed lapsevanemad, võtsin selle üheks ühiseks nimetajaks. Selle alla lahterdasin lisaks kõik vastused, kus oli rohkem kui 3 väga erinevat põhjendust. Sedasi põhjendas 18,8% (N=23) lapsevanematest oma vastust. Lisaks eristasin info kiire kättesaadavuse infole ligipääsetavusest. Neist esimest nimetati

12,3% (N=15) ja teist 16,4% (N=20). Lisaks oli palju põhjendusi, mida sai lahterdada ühise nime „mugav ja kiire“ alla, nimelt 6,5% (N=8) ja mainiti kiiret võimalust ühenduses püsida.

Selleks, et hinnata, kui palju õpetavad lapsevanemad oma lastele seadmete õiget kasutust või kas üldse, küsiti lapsevanematelt selle kohta, kui palju ühist aega veedetakse koos lastega ekraaniseadme taga. Vastajate hulgast 18% (N=22) vastas, et üldse ei veeda ühist aega ekraaniseadme taga, 73,8% (N=90) vastas, et harva ja 6,6% (N=8) vastas, et sageli. Selleks, et uurida laste suhtumist kellegagi koos nutiseadmes aja veetmise kohta oli lastel küsimuseks: „Kas vanema või sõbraga koos nutiseadmes olemine on parem kui üksi“, millele 30,3% (N=37) lastest vastas, et pole vahet ning 27,9% (N=34) lastest arvas, et jah, koos on parem olla nutiseadmes kui üksi.

Lapsevanematelt uuriti seda, kas nende laste nutitelefone taga veedetav aeg on piiratud. Analüüsis selgus, et 61,5% (N=75) lapsevanematest piirab lapse nutitelefone taga veedetavat aega. Neid kes vastasid „Ei“ oli 37,7% (N=46). Sellele juurde paluti lapsevanematel kirjutada, kuidas nad lapse nutitelefone taga oldud aega piiravad, kui nad vastasid jaatavalt. Vastused kategoriseerisin sarnasuse alusel. Kõige rohkem toodi välja ajalist piiramist ja üldiselt kasutamise piiramist või muud moodi piiramist, mida oli 65,3% (N=46). Veel nimetasid lapsevanemad kohustuste täitmist, enne kui võib telefoni, seda esines 3,2% (N=4). Erinevalt toodi välja 7,3% (N=8) vastanute poolt suunatud tegevused, mille alla läksid kõik sellised tegevused, mis suunavad lapse tähelepanu mujale kui telefoni.

Seosed tunnuste vahel

Esimese küsimusega uurin seost lapse ja lapsevanema nutiseadme kasutuse vahel. Selleks kasutasin Spearman'i korrelatsioonanalüüsi, et otsida seost lapsevanemate nutiseadmes oldud aja ja lapse nutiseadmes oldud aja vahel. Lapsevanemate nutitelefonis viibitava aja ja laste nutitelefonis viibitava aja vahel on statistiliselt oluline positiivne korrelatsioon ($r_s = 0,21$, $p < 0,05$). Lisaks otsisin seost laste ja nende vanemate arvamuste vahel, et võiks vähem aega veeta nutitelefonis. Selle jaoks kasutasin Spearman'i korrelatsioonanalüüsi. Tulemusena selgus, et nende kahe muutuja vahel on statistiliselt oluline positiivne korrelatsioon ($r_s = 0,22$, $p < 0,05$). Sellest saab järeldada, et laste ja lastevanemate nutitelefonis veedetud aeg ja hinnang, et võiks vähem aega veeta nutitelefonis on sarnased.

Selleks, et uurida, kas nutiseadme kasutus lapsevanematel mõjutab lastele seatud reegleid uurisin seda kui palju lapsevanemad veedavad aega nutitelefoni ning kas on sätestatud kodus reeglid lapsele seoses nutitelefoni ning kas kontrollitakse selle kasutust. Selleks kasutasin Spearman'i korrelatsioonanalüüsi. Nende kohaselt ei ole seost kodus lapsele sätestatud nutitelefoni kasutuse reeglite ja lapsevanemate nutitelefoni veedetava aja vahel ($r_s = -0,13$, $p > 0,05$). Samas on lapse nutitelefoni sisulise kasutuse kontrolli ja lapsevanemate endi poolt nutitelefoni veedetud aja vahel statistiliselt oluline negatiivne seos ($r_s = -0,21$, $p < 0,05$). Lapse nutitelefoni sisulise kontrolli ja kodus lapsele sätestatud nutitelefoni kasutuse reeglite vahel on statistiliselt oluline positiivne seos ($r_s = 0,41$, $p < 0,05$)

Seost kasvatusmeetodite ja suhtumist nutitelefoni vahel uurisin Spearman'i korrelatsioonanalüüsi abil. Selgus, et seos heasoovlikkuse ja nutitelefoni suhtumise vahel on negatiivne ($r_s = -0,25$, $p < 0,01$). See tähendab, et mida kõrgemalt väärtustab lapsevanem heasoovlikkust, seda kasulikumaks peab ta nutitelefoni. Statistiliselt oluline negatiivne korrelatsioon ilmes lisaks konformsuse ($r_s = -0,19$, $p < 0,05$) ja turvalisuse väärtuste ($r_s = -0,22$, $p < 0,05$) ja nutitelefoni kasulikkusesse suhtumise vahel. Teiste väärtuste puhul ei olnud statistiliselt olulisi seoseid.

Arutelu

Käesoleva seminaritöö eesmärk oli uurida, kuidas lapsed ja lapsevanemad ise hindavad oma nutitelefonide kasutamist, kuidas lapsevanemad hindavad laste nutitelefonide kasutamist ning kuidas lapsed hindavad enda vanemate nutitelefonide kasutamist. Samuti oli eesmärgiks uurida, kas lapsvanemate nutiseadmete kasutus on seotud laste nutiseadmete kasutusega. Lisaks uuriti seost lapsevanemate väärtuste ja suhtumise vahel nutitelefonide kasutamisesse.

Uuringu tulemused näitavad, et teise klassi lapsed kasutavad nutitelefone suhteliselt vähe ning peamiselt kasutavad nad nutitelefone suhtlemiseks. Sama moodi kasutavad lapsevanemad nutitelefone enda sõnul kõige rohkem suhtluseks ja muu on teisejärguline, mis kattus laste hinnangutega lapsevanemale. Kuigi lapsed hindasid enda vanemate nutitelefonide kasutust pigem väheks, arvestades, et see jääb enamasti 1-3 tunni piiridesse päevas, arvas suurem osa lastest sellegi poolest, et nende vanemad võiksid vähem aega veeta nutitelefoni. Lapsevanemad arvasid, et nende lapsed veedavad kuni 3 tundi päevas nutitelefonide kasutamises. Lapsevanemate arvates kasutavad lapsed nutitelefonide suurema osa ajast mängimiseks. Lastel sõnul on kõige sagedasem tegevus suhtlus ja alles siis mängimine. Kuigi Võime (2013) uuringu alusel teame, et Eesti laste hulgas on kõige enam levinud olukord, kus isegi kui internetis midagi teha pole vaja ja see ei paku huvi siis, sellegi poolest ollakse internetis ajaviiteks (Võime, 2013). Antud uuringust samasid järeldusi teha ei saa. Nii lapsed ise kui lapsevanemad hindasid laste nutitelefoni olemist pigem madalalt. Sama moodi nagu lapsed arvasid, et nende vanemad võiksid veeta vähem aega nutitelefoni, leidsid lapsevanemad, et lapsed võiksid veeta vähem aega telefonis. Eesti elanikkonnast vanemate kui 6-aastaste hulgas omas 2014. aasta andmetel isiklikku nutitelefoni 49% inimestest ning 38% 6-8-aastastest lastest (Simisker, Kivilo, Aak, Järv & Kaal, 2014). See, et lapsevanemad ja lapsed hindavad nutitelefoni kasutust nii nagu nad seda teevad, võib tuleneda sellest, et suurem osa päevast on lapsed ja lapsevanemad üksteise silme alt väljas.

Andmete analüüsimise käigus selgus, et lapsevanemate nutiseadme kasutus on seotud laste nutiseadme kasutamisega. Lastel nutiseadme kasutamine sõltub suurel määral lapsevanema eeskujust (Jago jt., 2013). Küsitluses küsiti lapsevanematelt, kas nad veedavad koos lapsega aega ekraaniseadmeid kasutades, mis võib olla märk sellest, et nutiseadmeid kasutatakse pigem tehnoloogiliste lapsehoidjatena. Veetes koos nutiseadme taga ühist aega jälgivad

vanemad suurema tõenäosusega, millist sisu nende lapsed seadme taga tarbivad ja reguleerivad seda. Samas koos ekraani taga aja veetmine on ka ühine tegevus, mis lapse jaoks on kaasav. Eraldi istumine tähendab seda, et lapsevanem teeb oma asju ja laps teeb oma asju, kumbi oma seadmes. Vastustest avatud küsimustele selgus aga, et kui lapsevanemad soovivad, et laps vähem aega nutiseadme taga veedaks, teevad vanemad ka ise tegevusi, mis ei ole ekraaniga seotud (nt sportlikud tegevused). Samas võtavad lapsed eeskujuga enda vanemate käitumisest, mida kinnitavad varasemad uuringud (Jago jt., 2013). Uuringus sain kinnitust sellele, et Eestis lapsevanemate poolne juhendamine ja piirangute või reeglite kehtestamine on pigem passiivne. Seda on näha sellest kui vähe veedetakse ühist aega ekraaniseadme taga või kui vähesel loovusega on lähenetud lapse nutiseadme taga veedetava aja reguleerimisele. Nagu eelnevalt mainitud uuringus (Vinter & Siibak, 2012) leiti, et levinumad on piiravad regulatsioonid, milleks on lapse nutiseadme järelevalve, ajaliste piirangute sätestamine, sisuliste piirangute sätestamine ning lapse ekraanitegevuse piiramine karistusena. Minu uuringus tuli samuti välja, et pigem kasutatakse ekraaniaja kasutamisega seotud piiravaid reegleid. Nagu ka Vinter ja Siibak (2012) uuringust, tuli ka antud uuringus välja, et kasutatakse seadme äravõtmist karistamise eesmärgil ja selle lubamist premeerimise eesmärgil. Samas oli päris palju suunavaid tegevusi, nagu näiteks huviringid, kohustused või ühised lõbusad ja mängulised tegevused, mis lapse tähelepanu teistel asjadel hoidis. Lapsevanemad saavad oma last paremini toetada läbi eeskujuga ja käitumise mudeldamise. Selle üheks võimaluseks on koos lapsega leida alternatiivseid tegevusi, mis neid paeluks või viies läbi ühiseid tegevusi, mis mõlemale huvi pakuks ja mis võimaldaks lapsevanema-lapse vahelist aktiivset interaktsiooni (Võime, 2013).

Siin saadud tulemuste kohaselt mõjutavad väga vähesed väärtused suhtumist nutitelefonidesse. Vanemate heasoovlikkus oli kõige tugevama seosega nutitelefonide kasutamisse. Tulemuste kohaselt peab vanem nutitelefonide seda kasulikumaks, mida kõrgemalt ta väärtustab heasoovlikkust. Vähesel määral leiti sama seost nutitelefonide kasulikkuse ja konformsuse väärtustamise ning nutitelefonide suhtumise vahel. Sama seos oli ka turvalisuse väärtustamise ja nutitelefonide suhtumise vahel. Nagu eelnevalt mainitud on sotsiaalsed normid need, mis mõjutavad lapsevanemate suhtumist (Gingold, Simon & Schoendorf, 2013). Lastevanemate suhtumise erinevuse üheks mõjutajaks võib olla erinevad teadmised hetkenormidest või ka sotsiaalmajanduslik taust. Varem on Gingold, Simon ja Schoendorf (2013) uurinud, kuidas lastevanemate kasvatusmeetodid on seotud laste ekraaniajaga.

Lastevanemate endi käitumine, nagu näiteks initsiatiivi võtmine, koos tegutsemine ja piirangute kehtestamine mõjutavad lapse nutiseadmes veedetud aega ja tegevusi. Jago jt. (2013) uuringu kohaselt vaatasid lapsed, 34 korda suurema tõenäosusega samaaegselt mitut ekraaniseadet kui nende vanemad tegelesid mitme ekraani samaaegse vaatamisega rohkem kui tund päevas. Õige eeskuju ja teadlikkuse abil saab vähendada riske, mis lapsi võiks ohustada, nagu näiteks sõltuvuskäitumine, lapsepõlve ülekaalulisus ja erinevate rahaliste teenuste tarbimine internetis (Kalmus, 2013).

Antud töö puudujäägid ja tulevikusuunad

Töö üheks kitsaskohaks oli ise koostatud küsimustik. Tundub, et tulenevalt sellest, et mõne küsimuse juures oli lubatud valida kuni 3 vastusevarianti jättis see vastajaile mulje, et samamoodi võib märkida mitmeid variante teistegi küsimuste puhul. Praeguses töös võeti analüüsi kõik valitud vastused. Lastele mõeldud küsimustikku tuleks täiendada laiemate valiku võimalustega, et ei tekiks situatsiooni, kus ei jää muud üle kui valida „Ei oska öelda“.

Edaspidi tasuks Eesti kontekstis uurida sama teema, kaasates rohkem klasse ja lapsevanemaid, et saada laiem pilt. Lisaks võiks edaspidi kaasata õpetajaid kui, kolmandat osapoolt, välise perspektiivi saamiseks. Kuna koolis olles lapsevanem ei näe lapse telefoni kasutust, siis õpetajate hinnang, kes koolis olles selliseid asju võivad märgata, annaks lisainfot telefonide päevasest kasutusest laste poolt.

Käesolevaga kinnitan, et olen korrektselt viidanud kõigile oma töös kasutatud teiste autorite poolt loodud kirjalikele töödele, lausetele, mõtetele, ideedele või andmetele.

Olen nõus oma töö avaldamisega Tartu Ülikooli digitaalarhiivis DSpace.

Rine Pent

Kasutatud kirjandus

Brown, A., Shiffrin, D. L., & Hill, D. L. (2015). Beyond 'turn it off': How to advise families on media use. *AAP News*, 36(10), 54-54.

Chang, A. M., Aeschbach, D., Duffy, J. F., & Czeisler, C. A. (2015). Evening use of light-emitting eReaders negatively affects sleep, circadian timing, and next-morning alertness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 112(4), 1232-1237.

Cheung, C. M., Chiu, P. Y., & Lee, M. K. (2011). Online social networks: Why do students use facebook?. *Computers in Human Behavior*, 27(4), 1337-1343.

Cumiskey, K. M., and Rich Ling. (2015) "The Social Psychology of Mobile Communication." *The Handbook of Psychology of Communication Technology*. Edited by Sundar S. Shyam, 228-46. John Wiley & Sons, Inc.

Davidow, B. (2012). Exploiting the Neuroscience of Internet Addiction. *The Atlantic*, 18.

eMarketer: 2 Billion Consumers Worldwide to Get Smart (phones) by 2016. (2014).
Veebilehelt kättesaadav seisuga 17. mai 2016. <http://www.emarketer.com/Article/2-Billion-Consumers-Worldwide-Smartphones-by-2016/1011694>

Furió, D., Juan, M., Seguí, I., & Vivó, R. (2015). Mobile learning vs. traditional classroom lessons: a comparative study. *Journal Of Computer Assisted Learning*, 31(3), 189-201.

Gardner, H., & Davis, K. (2013). *The app generation: How today's youth navigate identity, intimacy, and imagination in a digital world*. Yale University Press.

Gingold A.J., Simon E.A. ja Schoendorf C.K. (2013) Excess Screen Time in US Children: Association With Family Rules and Alternative Activities.

Graham, R. (2015). *Technology Addiction and Children*. Laste digisõltuvuse koolitus. Tallinn, 8. juuni.

Hardiman, M. (2000). Sõltuvus. Tallinn: Tänapäev.

Hooghe, M., & Oser, J. (2015). Internet, television and social capital: the effect of 'screen time' on social capital. *Information, Communication & Society*, 18(10), 1175-1199.

IT22: Infotehnoloogiliste seadmete olemasolu leibkondades (2006). Statistikaamet, Majandus, Infotehnoloogia ja side. Viimati uuendatud: 19.09.2014

IT20: Arvuti ja koduse internetiühendusega leibkonnad (2015). Statistikaamet, Majandus, Infotehnoloogia ja side. Viimati uuendatud: 19.09.2014

Jago R., Sebire S. J., Lucas P. J., Turner M. K., Bentley F. G., Goodred K. J., Stewart-Brown S., Fox R. K. (2013) Parental modelling, media equipment and screen-viewing among young children: crosssectional study. *BMJ Open* 2013;3:e002593. doi:10.1136/bmjopen-2013-002593

Kalmus, V. (2013). Laste turvalisus uues meediakeskonnas. Rmt: Lauristin, M. (toim.), Eesti Inimarengu Aruanne 2012/2013. Tallinn: Eesti Koostöö Kogu, 83–85.

Krippendorff, K. (1980). *Content Analysis: An Introduction to its Methodology*. London: Sage

Lemola, S., Perkinson-Gloor, N., Brand, S., Dewald-Kaufmann, J. F., & Grob, A. (2015). Adolescents' electronic media use at night, sleep disturbance, and depressive symptoms in the smartphone age. *Journal of youth and adolescence*, 44(2), 405-418.

Lievrouw, L.A. & Livingstone, S. (2006). *Handbook of New Media: Social Shaping and Social Consequences*. London: Sage.

Nikken, P. (2003). Parental Mediation of Children' video Game Playing: A Similar Construct as Television Mediation. In M. Copier & J. Raessens (toim.), *Level Up Conference Proceedings: Proceedings of the 2003 Digital Games Research Association Conference*. Utrecht: DIGRA.

- Nikken, P. & Jansz, J. (2006). Parental Mediation of Children's Videogame Playing: A Comparison of the Reports by Parents and Children. *Learning, Media and Technology*, 31(2), 315-336.
- Radesky, J. S., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2015). Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 135(1), 1-3.
- Schwartz, S. H., Melech, G., Lehmann, A., Burgess, S., Harris, M., & Owens, V. (2001). Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement. *Journal of cross-cultural psychology*, 32(5), 519-542.
- Simisker, H., Kivilo, K., Aak, L., Järv, J., & Kaal, E. (2014). Nutiseadmete kasutajate turvateadlikkuse ja turvalise käitumise uuring. TNS Emor. Veebilehelt kättesaadav seisuga 28. märts 2016
- Smartphone. (2016). Oxford Dictionaries. Oxford University Press. Veebilehelt kättesaadav seisuga 28. märts 2016
- Sweetser, P., Johnson, D. M., Ozdowska, A., & Wyeth, P. (2012). Active versus passive screen time for young children. *Australasian Journal of Early Childhood*, 37(4), 94-98.
- Timak, R. (1971). Sisuanalüüsi meetodist ja selle rakendamisest. Fakt, sõna, pilt VI (lk-d 86–115). Tartu: TRÜ
- Tremblay, M. S., LeBlanc, A. G., Kho, M. E., Saunders, T. J., Larouche, R., Colley, R. C., Goldfield, G., Gorber, S. C. (2011). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8, 98. <http://doi.org/10.1186/1479-5868-8-98>
- Trinh, L., Wong, B., & Faulkner, G. E. (2015). The independent and interactive associations of screen time and physical activity on mental health, school connectedness and academic achievement among a population-based sample of youth. *Journal Of The Canadian Academy*

Of Child And Adolescent Psychiatry / Journal De L'académie Canadienne De Psychiatrie De L'enfant Et De L'adolescent, 24(1), 17-24.

Veldi M., Sinisalu V. (2007). Unehäired ja liiklusohutus. Unehäired ja liiklusohutus: ajakirja Eesti Arst lisaväljaanne, 86 (12): [17] lk. artikkel 1.3.

Vinter, K., & Siibak, A. (2012). The Role of Parents in Guiding Pre-School Children's Use of Computers and the Internet: Analyzing Perceptions of Estonian Children and Parents.

Vinter, K. (2011). Väikeste laste võitlused meediakoletistega. Õpetajate Leht (4–5).

Võime, M. (2013). Laste interneti liigkasutus ja selle seosed vanemliku vahendamisega (Doctoral dissertation, Tartu Ülikool).

Walrave, M., Heirman, W., Mels, S., Timmerman, C., Vandebosch, H. (Eds.). (2012). e-Youth: Balancing between Opportunities and Risks. Peter Lang Publishers House

Lisad

Lisa 1. Lastevanemate küsimustik

Käesolevaga annan oma nõusoleku, et minu laps (nimi, klass, kool)
..... osaleb nutitelefonide kasutamise uuringus.
Lapsevanema nimi ja allkiri:
Kuupäev:

NUTITELEFONIDE KASUTAMISE KÜSIMUSTIK

Palun märkige vastusevariandid, mis kõige paremini Teie ja Teie 2. klassis käiva lapse kohta sobivad.
Avatud küsimustele vastates, avaldage palun oma arvamust pisut pikemalt.
Palume Teie lapse isikuandmeid selleks, et viia kokku Teie ja Teie lapse vastused. Isikuandmeid
tulemuste analüüsis ega sellest järgnevas protsessis ei kasutata.

Küsimustikku täitva lapsevanema/hooldaja sugu: Mees Naine

Küsimustikku täitva lapsevanema/hooldaja vanus: aastat

1. Kas omate nutitelefonid või tavalist mobiiltelefoni?

1. Nutitelefonid
2. Tavalist mobiiltelefoni
3. Ei ole kumbagi
4. Mõlemad on kasutusel

2. Kas Teie meelest on nutitelefoniid pigem kasulikud või kahjulikud?

1. Väga kasulikud
2. Pigem kasulikud
3. Pigem kahjulikud
4. Väga kahjulikud

3. Palun põhjendage oma eelnevat arvamust

.....
.....

4. Kui kindlalt tunnete ennast kasutades nutitelefoni?

1. Mitte väga - oskan mõningaid asju teha, kuid vajan probleemide lahendamisel abi
2. Enam-vähem - tean, kuidas põhilisi asju käsitleda
3. Väga - oskan probleemide korral neid lahendada ega vaja abi

5. Mida Te nutitelefoniis peamiselt teete? (valige kuni 3)

1. Töö

6. Kui palju veedate aega nutitelefoniis?

- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| 2. Meelelahutus | 1. Mitte üldse |
| 3. Mängude mängimine | 2. 1-3 tundi päevas |
| 4. Ostlemine | 3. 4-6 tundi päevas |
| 5. Õppimine | 4. 7-9 tundi päevas |
| 6. Suhtlus | 5. 10 tundi või rohkem päevas |
| 7. Ei oska öelda | 6. Ei oska öelda |
| 8. Muu: | |

7. Kas tunnete, et võiksite veeta vähem aega nutitelefoni? Jah Ei

8. Kas üritate piirata enda aega, mida veedate nutitelefoni? Jah Ei

9. Kui vastasite jaatavalt, siis milliseid meetodeid selleks kasutate?

.....
.....

10. Kui palju on Teie meelest liiga palju ekraaniaega?

1. 1-3 tundi päevas
2. 4-6 tundi päevas
3. 7-9 tundi päevas
4. 10 tundi või rohkem päevas
5. Ei oska öelda
6. Muu:

11. Kui palju ühist aega veedate koos lapsega ekraaniseadme taga?

1. Üldse mitte
2. Harva
3. Sageli

12. Mis vanuses ja millist tegevust sooritas Teie laps esimest korda nutitelefoni ?

.....
.....

13. Kui vanalt sai Teie laps esimese nutitelefoni? aastaselt

14. Mis põhjusel sai laps nutitelefoni?

1. Esimesse klassi minekul
2. Laps tahtis
3. Kingituseks

15. Mis on Teie meelest lapsele kõige halvem/kahjulikum ekraaniseade?

1. TV
2. Sülearvuti

- | | |
|-----------------------------------|------------------|
| 4. Ise tundsite vajadust | 3. Nutitelefoni |
| 5. Koolis õppetööks | 4. Lauarvuti |
| 6. Sest kõigil lapse sõpradel oli | 5. Tahvelarvuti |
| 7. Muu:..... | 6. Mängukonsool |
| | 7. Ei oska öelda |
| | 8. Muu: |

16. Palun põhjendage, miks on eelvalitud ekraaniseade lapse jaoks kõige halvem/kahjulikum?

.....

.....

17. Mis on Teie meelest lapsele kõige parem/kasulik ekraaniseade?

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. TV | 5. Tahvelarvuti |
| 2. Sülearvuti | 6. Mängukonsool |
| 3. Nutitelefoni | 7. Ei oska öelda |
| 4. Lauarvuti | 8. Muu: |

18. Palun põhjendage, miks on eelvalitud ekraaniseade lapse jaoks kõige parem/kasulik?

.....

.....

19. Kui palju veedab Teie laps aega nutitelefonis?

1. Mitte üldse
2. 1-3 tundi päevas
3. 4-6 tundi päevas
4. 7-9 tundi päevas
5. 10 tundi või rohkem päevas
6. Ei oska öelda

20. Mida Teie laps nutitelefonis peamiselt teeb? (valige kuni 3)

1. Suhtleb
2. Lahutab meelt (videod, lugemine jne.)
3. Mängib meelelahutuslikke mänge
4. Õpib või teeb koolitööd
5. Mängib õpetuslikke mänge või vaatab videoid
6. Ei oska öelda

7. Muu:

21. Kas tunnete, et Teie laps/lapsed võiks veeta vähem aega nutitelefone taga? Jah Ei

22. Kas kontrollite lapse nutitelefone kasutust (mis lehtedel käib ja mida ta seal teeb)? Jah Ei

23. Kas Teie lapse/laste nutitelefone taga veedetav aeg on piiratud? Jah Ei

24. Kui vastasite jaatavalt, siis kuidas?

.....
.....

25. Kas Teie majas on reegleid seoses ekraaniseadmetega? Jah Ei

26. Kui vastasite jaatavalt siis, millised reeglid on Teie majas seoses nutiseadmetega?

.....
.....

27. Kas olete võtnud kasutusele alternatiivseid tegevusi, et vähendada lapse nutitelefoni veedetud aega? Jah Ei

28. Kui vastasite jaatavalt, siis milliseid alternatiivseid tegevusi olete võtnud kasutusele?

.....
.....

Aitäh!

Järgnevalt on kirjeldatud lühidalt mõningaid inimesi. Palun lugege iga kirjeldust ja märkige igale reale, kuivõrd Teie moodi see inimene on.

	Väga minu moodi	Minu moodi	Mõne- võrra minu moodi	Vaid pisut minu moodi	Pole minu moodi	Pole üldse minu moodi
A Talle on oluline tulla välja uudsete ideedega ja olla loov. Talle meeldib teha asju omal, ainulaadsel viisil.	1	2	3	4	5	6
B Tema jaoks on oluline olla rikas. Ta tahab, et tal oleks palju raha ja kalleid asju.	1	2	3	4	5	6
C Ta peab oluliseks, et kõiki inimesi maailmas koheldaks kui võrdseid. Tema arvates peaksid kõikidel inimestel olema elus võrdsed võimalused.	1	2	3	4	5	6
D Tema jaoks on väga oluline näidata teistele oma oskusi ja võimeid. Ta tahab, et inimesed imetleksid seda, mida ta teeb.	1	2	3	4	5	6
E Talle on oluline elada turvalises ümbruses. Ta väldib kõike, mis võiks teda ohustada.	1	2	3	4	5	6
F Talle meeldivad üllatused ja ta otsib alati uusi tegevusi. Tema arvates on oluline tegeleda elu jooksul paljude erinevate asjadega.	1	2	3	4	5	6
G Ta usub, et inimesed peaksid tegema seda, mida neil kästakse. Ta arvab, et inimesed peaksid reeglitest kinni pidama ka siis, kui keegi neid ei jälgi.	1	2	3	4	5	6
H Tema jaoks on oluline ära kuulata endast erinevate inimeste arvamusi. Isegi kui ta nende inimestega nõus ei ole, tahab ta nendest siiski aru saada.	1	2	3	4	5	6
I Tema jaoks on oluline olla tagasihoidlik ja vähenõudlik. Ta püüab endale mitte tähelepanu tõmmata.	1	2	3	4	5	6
J Talle on oluline mõnusalt aega veeta. Talle meeldib endale midagi erilist lubada.	1	2	3	4	5	6
K Tema jaoks on oluline ise oma tegevuste üle otsustada. Talle meeldib olla vaba ja teistest mitte sõltuda.	1	2	3	4	5	6

	Väga minu moodi	Minu moodi	Mõne- võrra minu moodi	Vaid pisut minu moodi	Pole minu moodi	Pole üldse minu moodi
L Tema jaoks on väga oluline aidata inimesi enda ümber. Ta tahab hoolt kanda nende heaolu eest.	1	2	3	4	5	6
M Talle on tähtis olla väga edukas. Ta loodab, et inimesed tunnustavad tema saavutusi.	1	2	3	4	5	6
N Talle on oluline, et valitsus tagab tema turvalisuse kõikide ohtude puhul. Ta tahab, et riik oleks tugev ja suudaks kaitsta oma kodanikke.	1	2	3	4	5	6
O Ta otsib seiklusi ja talle meeldib riskeerida. Ta tahab elada põnevat elu.	1	2	3	4	5	6
P Tema jaoks on oluline alati korralikult (kombekalt) käituda. Ta püüab vältida tegevusi, mida teised võiksid pidada sobimatuks.	1	2	3	4	5	6
Q Talle on oluline, et teised inimesed kuuletuksid talle. Ta tahab, et inimesed teeksid seda, mida ta neile ütleb.	1	2	3	4	5	6
R Tema jaoks on oluline olla ustav oma sõpradele. Ta tahab pühenduda oma lähedastele inimestele.	1	2	3	4	5	6
S Ta on sügavalt veendunud, et inimesed peaksid loodust hoidma. Looduse eest hoolt kanda on tema jaoks väga oluline.	1	2	3	4	5	6
T Traditsioonid on tema jaoks olulised. Ta püüab järgida usulisi traditsioone ja kombeid, mis kanduvad peres edasi põlvest põlve.	1	2	3	4	5	6
U Ta otsib mistahes võimalust, et lõbutseda. Talle on oluline teha asju, mis talle naudingut pakuvad.	1	2	3	4	5	6

Aitäh!

Lisa 2. Laste küsimustik

NUTITELEFONIDE KASUTAMISE KÜSIMUSTIK

Palun loe küsimusi ja valikuvariante. Tee ring ümber numbrile, mis on selle vastuse ees, mis iseloomustab sind kõige paremini. Mõnele küsimusele vasta palun kirjalikult.

Kui sa ei oska vastata, siis võid valida vastuse „Ei oska öelda“ või jätta selle küsimuse vahele.

Kool ja klass, kus sa õpid:

Sinu nimi:

Sugu: Tüdruk Poiss Kui vana sa oled? aastane

1. Kas sul on nutitelefoni või tavaline mobiiltelefon?

1. Nutitelefoni
2. Tavaline mobiiltelefon
3. Mõlemad
4. Ei ole üldse telefoni

2. Kas nutitelefoni on pigem kasulikud või kahjulikud?

1. Väga kasulikud
2. Pigem kasulikud
3. Pigem kahjulikud
4. Väga kahjulikud

3. Kui hästi oskad sa kasutada nutitelefoni?

1. Mitte väga - oskan mõningaid asju teha kuid vajan abi
2. Enamvähem – tean, kuidas põhilisi asju teha
3. Väga hästi - ei vaja üldse abi
4. Ei oska öelda

4. Kuidas õppisid kasutama nutitelefoni?

1. Ise
2. Internetist
3. Vanematelt
4. Sõpradelt
5. Vanemalt õelt/vennalt
6. Koolist

5. Kui palju aega veedad sa nutitelefonis?

1. Mitte üldse
2. 1-3 tundi päevas
3. 4-6 tundi päevas
4. 7-9 tundi päevas

6. Mida sa nutitelefonis kõige rohkem teed?

1. Suhtlen teistega
2. Vaatan videoid, loen
3. Mängin mängu
4. Õpin/teen koolitööd

5. 10 tundi või rohkem päevas

5. Mängin harivaid mängu/ vaatan videoid

6. Ei oska öelda

6. Ei tea

7. Midagi muud:

7. Kas arvad, et võiksid olla vähem nutitelefonis? Jah Ei

8. Kas sa käid kuskil huviringis? Jah Ei

9. Kui vastasid jah, siis millistes huviringides käid?

.....
.....

10. Kas vanema või sõbraga koos nutiseadmes olemine on parem kui üksi?

11. Kas pigem mängid sõpradega väljas või internetis?

1. Jah

1. Sõpradega väljas

2. Ei

2. Sõpradega internetis

3. Pole vahet

3. Mõlemad on lõbusad

4. Ei oska öelda

4. Ei oska öelda

12. Kas sinu kodus on reegleid seoses nutitelefoniga? Jah Ei Ei oska öelda

13. Kui vastasid ja, siis millised reeglid on sinu kodus seoses nutitelefoniga?

.....
.....

14. Kui palju veedavad sinu vanemad nutitelefoniga aega?

15. Mida sinu vanemad enamasti nutitelefoni teevad?

1. Mitte üldse

1. Tööd

2. 1-3 tundi päevas

2. Vaatavad videoid, loevad

3. 4-6 tundi päevas

3. Mängivad mängu

4. 7-9 tundi päevas

4. Õpivad

5. 10 tundi või rohkem päevas

5. Suhtlevad teistega

6. Ei oska öelda

6. Ei oska öelda

7. Muu:

16. Kui vanemad oleksid vähem telefonis, siis

17. Kas arvad, et su vanemad võiksid olla

kas sina oleks ka vähem telefonis?

1. Jah
2. Ei
3. Ei oska öelda

vähem nutitelefonis?

1. Jah
2. Ei
3. Ei oska öelda

Aitäh!

Tänuavaldus

Soovin tänada oma juhendajat Astra Schultsi põhjaliku, toetava ja motiveeriva juhendamise eest.

Samuti tänan oma töö kaasjuhendajat Kätlin Konstabelit asjalike ja loovate ideede ning toetuse eest.

Tänud ka kõikide osalenud koolide mõistvale suhtumisele ja selle töö valmimisse kaasaaitamisele.